



6. การมาตรวจตามแพทย์นัด

มาตรวจตามนัดสม่ำเสมอ ก่อนตรวจผู้ป่วยจะต้องได้รับการเจาะเลือดเพื่อดูการทำงานของไต ตรวจระดับยากดภูมิคุ้มกัน

- ◆ เมื่อต้องเจาะเลือดตรวจวัดระดับน้ำตาล ให้งดอาหารก่อนเวลาเจาะเลือด 6 ชั่วโมง ยกเว้นน้ำเปล่า สามารถดื่มได้ (หากเจาะตรวจไขมัน ให้งดอาหาร นม 12 ชั่วโมง)

- ◆ ***เจาะเลือดก่อนรับประทานยาทุกตัว ในช่วงเวลา 06.30-07.00 น.** ณ ตึก 84 ปีชั้น 2 สำนักงานเปลี่ยนอวัยวะ (เฉพาะวันอังคาร) *หากมีนัดนอกเหนือจากวันดังกล่าวให้ผู้ป่วยเจาะเลือดที่ตึกผู้ป่วยนอก ชั้น 1 ห้อง 107-108
- ◆ จากนั้นรับประทานอาหารและรอตรวจที่ตึก 84 ปีชั้น 2 สำนักงานเปลี่ยนอวัยวะ
- ◆ ในการมาตรวจทุกครั้งต้องนับจำนวนยาและนำยามาด้วย เพื่อความสะดวกในการสั่งยาครั้งต่อไป
- ◆ เมื่อมาโรงพยาบาลต้องนำเอกสารสิทธิ และบัตรประชาชนมาด้วยทุกครั้ง



หากมีปัญหาและข้อสงสัยต่างๆ
สามารถโทรศัพท์สอบถาม
ตลอด 24 ชั่วโมง
หอผู้ป่วย 84 ปี ชั้น 2 ตะวันตก
(หอผู้ป่วยเปลี่ยนอวัยวะ)
เบอร์โทรศัพท์ 02-419-8080

ในเวลาราชการ สำนักงานเปลี่ยนอวัยวะ
เบอร์โทรศัพท์ 02-419-8079

จัดทำโดย

นางสาว ชารัตน์ ชรรณจันทร์
นาง วิไลลักษณ์ บุญวิฑูริยาลิขิต

ที่ปรึกษา

ผศ.นพ. นัฐสิทธิ์ ลาภปริสุทธิ

สนับสนุนการพิมพ์โดย

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

มหาวิทยาลัยมหิดล

ตรวจสอบเนื้อหาครั้งสุดท้ายปี พ.ศ. 2564

รหัสหน่วยงาน NS07220226467

สงวนลิขสิทธิ์โดย พรบ.การพิมพ์ 2537



แผ่นพับ
สุขภาพ
ออนไลน์



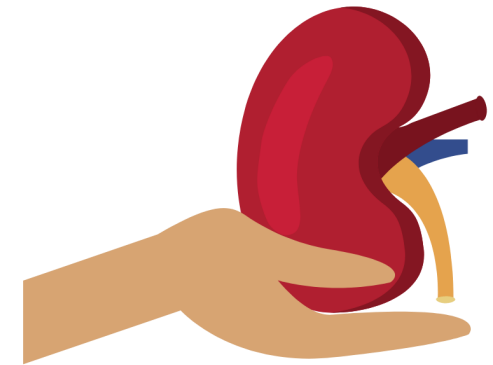
สร้างเสริมสุขภาพศิริราช (สสศ.)



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

การปฏิบัติตัว

หลังผ่าตัดปลูกถ่ายไต



หอผู้ป่วยเปลี่ยนอวัยวะ
ตึก 84 ปี ชั้น 2 ตะวันตก

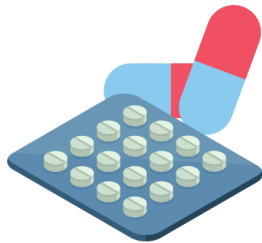
SIPI NS1101264

คู่มือการปฏิบัติตัวหลังผ่าตัดปลูกถ่ายไต

1. การรับประทานยากดภูมิคุ้มกัน ให้ถูกต้องตรงเวลา ห้ามลืม และไม่ปรับเปลี่ยนขนาดยาเอง เพื่อป้องกันการเกิดภาวะปฏิเสธไตที่ปลูกถ่าย ควรเก็บยาไว้ในแสงอ้อมนิยมนิยม
เมื่อลืมรับประทานยากดภูมิคุ้มกันให้รับประทานยาทันทีที่นึกได้ หากเกิน 6 ชั่วโมงให้รับประทานยาในมื้อถัดไป

ยากดภูมิคุ้มกันที่จะได้รับมีดังนี้

- ◆ โพรกราฟ, นีโอรอล, แอดวากราฟ
- ◆ มายฟอร์ติก, เซลเซ็บ, อิมมูเซ็บ
- ◆ เพรดนิโซโลน
- ◆ อะซาไธโอพรีน
- ◆ เซอร์ติแคน, ราฟามูน



2. การดูแลสุขภาพทั่วไป

- ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่และน้ำ หรือแอลกอฮอล์เจล



- หลีกเลี่ยงการอยู่ในที่ชุมชนแออัด และควรใส่หน้ากากอนามัยเมื่อออกนอกบ้านทุกครั้ง
- สังเกตอาการบวมที่ขา ควรขังน้ำหนักทุกเช้า
- หลีกเลี่ยงการเข้าใกล้หรือสัมผัสกับผู้ป่วยที่เป็นโรคติดต่อ

เช่น เป็นไข้ โรคสุกใส วัณโรค โรคปอด ไอเรื้อรัง

- หลีกเลี่ยงการคลุกคลีสัตว์เลี้ยง เช่น สุนัข แมว นก เนื่องจากเสี่ยงต่อการติดเชื้อ
- สวมใส่รองเท้าทุกครั้งเมื่อออกนอกบ้าน ห้ามเดินเท้าเปล่า

3. การรับประทานอาหารและการดื่มน้ำ รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ สุก ใหม่ สะอาด ดื่มน้ำ

สะอาดมากกว่า 2 ลิตรต่อวัน

⇒ ไม่ควรรับประทานอาหาร ผักสด ควรปรุงให้สุกทุกครั้ง ผลไม้ล้างให้สะอาด ปอกเปลือกก่อนรับประทาน



⇒ *งดรับประทานส้มโอ ส้มเขียว ทับทิม และเกรฟฟรุต เพราะอาจทำให้ระดับยากดภูมิคุ้มกันสูงขึ้น

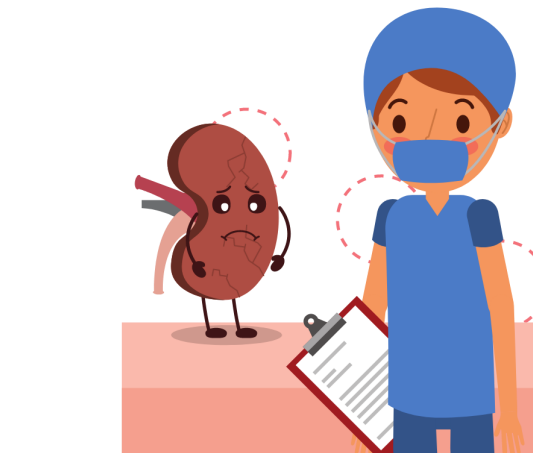


⇒ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันอิ่มตัวสูง เช่น เนยเทียม อาหารทอด อาจเพิ่มความเสี่ยงการเกิดหลอดเลือดอุดตัน ควรใช้น้ำมันพืชประกอบอาหาร
⇒ ห้ามดื่มน้ำสุราและสูบบุหรี่

4. การพักผ่อน และการออกกำลังกาย พักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย 6-8 ชั่วโมงต่อวัน สามารถทำงานได้ตามปกติ

**ห้ามยกของหนักในช่วง 3 เดือนแรกหลังการผ่าตัด ควรออกกำลังกายสม่ำเสมอ

หลีกเลี่ยงประเภทกีฬาที่มีการกระทบกระแทกรุนแรงบริเวณหน้าท้อง รวมถึงการชกมวย



5. อาการผิดปกติที่ควรมาพบแพทย์

- มีไข้สูง หนาวสั่น ปวดข้อ ปวดกล้ามเนื้อ เมื่อรับประทานอาหาร
- อาการหายใจลำบาก คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย เหนื่อยง่ายมากขึ้น
- ถ่ายอุจจาระเหลวมากกว่า 3 ครั้งต่อวัน
- อาการบวมตามตัว หรือน้ำหนักเพิ่มมากกว่า 0.5 - 1 กิโลกรัมต่อวัน ร่วมกับปัสสาวะออกน้อยลง
- มีอาการปัสสาวะแสบขัด ปัสสาวะมีเลือดปน มีฟองหรือมีขุ่นตะกอน
- แผลผ่าตัดมีสิ่งคัดหลังผิดปกติ มีหนอง เลือดซึม
- ถ้าเป็นเรื้อรัง งูสวัด อีสุกอีใส ควรรีบมาปรึกษาแพทย์ที่รักษาทันที

ในกรณีที่ไม่สามารถมาพบแพทย์ที่ดูแล ให้พบแพทย์ที่โรงพยาบาลใกล้บ้านพร้อมแจ้งรายละเอียดว่าได้รับการผ่าตัดปลูกถ่ายไตและรับประทานยากดภูมิคุ้มกัน
*ไม่แนะนำให้ผู้ป่วยซื้อยารับประทานเอง

ผู้ป่วยสามารถโทรศัพท์มาปรึกษาที่สำนักงานปลูกถ่ายอวัยวะหรือหอผู้ป่วยเปลี่ยนอวัยวะเกี่ยวกับผลกระทบบของยาที่ได้รับมา ต่อการทำงานของไตหรือระดับยากดภูมิคุ้มกันได้